明治二十三年七月二十二日印刷
明治二十三年七月二十三日出版

（非賣品）

婦人衛生會雜誌

第十二號

私立大日本婦人衛生會

Digitized by Google
Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

婦人衛生會雜誌

第十二號

目次

食物の話　多田貞一郎君

小児の衛生　加藤照麿君

本会録事

婦人衛生會雜誌第十二號

明治廿三年七月廿六日發兌

食物の話

多田貞一郎演說

皆様今日始めてお目にかゝります、私ハ多田貞一郎て御座ります、私の商賣は医者でありまする故折々皆様に食物の事に付いて御尋ねを受けまするが、皆さんがお話しを聞いて見ますると、随分食物の事に就てハ殊にお解りになつて居らん事が有るかの様に存じます。それで食物の事は皆何處でも御婦人方が末にお扱いに成るをでありまするから、此事は御婦人方の多くお出なさる處でお話しをしたならば、一番お為めになるだらうと云ふ考へて、今日食物のお話しを致します。

偖て私共が毎日食ますする食物は數が至つて多くありまして今一々是れが善い是が悪るいと云ふお咄しを申上ると云ふ事は出來ません、又それが私の旨意でも御座いませんから今日ハ只食物と云ふ物は何う云ふ物だ何う云ふ譯の物で有ると云ふお話し丈けを致し其の物一々に就てのお話しは折もあれバ又別に申上ることゝ致しませう。

凡て食物と申しますものハ前申上げたるが如く一々數へ上げる事ハ出來ません。けれども皆色々の養分を含んで居ります、此養分と申しまする物ハ皆大切で何れが優り何れが劣りと云ふ事ハ無いのでござります、先づ此の養分の組み立てに因て一つの食物と云ふ物が出來上つて居ります。例へば此處に肉と云ふものが有りますると、肉の中にハ色々の養ひ分が有り此の養分が寄り集つて肉と云ふものが出來上つて居ります、ソコで此の養分をバ學問の方でハ養ひの元素と云ふ考へで食素と云ふ名を付けたので有ります。（是ハ医者の方で遣いまする言葉で御座います）

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

是を化學の方で例て申上ますると彼の元素を同じ物だとお考へになれバ宜しい、化学にハ酸素、炭素、窒素、水素、杯で色々の元素が有ります、此の酸素炭素窒素と云ふ元素が集つて、一つの物質となります、恰度食物の養成から出來て居ると云ふものハ即ち化学の元素が集つて一つの物質となると同じ事だとお考へになれバ宜しう御座います。(併しながら是ハ學問上のお話しでありませんから假りに食素ハ化学の元素と同じものだと申上ますが此の食素も分析しますると、つまり炭素水素窒素の元素に分かれますれども私ハお解り能い為めに假に化學の元素の樣なものだと申上げたのでおります。)先づ食物と申す物は斯樣る工合に養分が集りまして、そして一つの食物となつて居る者で御坐います、偖養分の中で最大切な物が三つ御坐います、それハ即ち第一蛋白質其の次が含水炭素、夫れから脂肪、此三つが養分の大切なるもので、そーして何の食物にでも此の三ッの養分が這入つて居ります、只其の養分の分量の含み方が其の食物〳〵に依りて異つて居る丈けのことで、如何なる食物でも此の三つの物を含んで居ります。併しながら其の中に於て蛋白質が一番上等であつて含水炭素が下等だと云ふ訳でハない、何れも大切なもので三つ共皆入用の物に違いない、故に此中の一ッでも欠くとハ出來ません若し一つでも欠けましてハ最早是を眞個に好い食物とハ申されないのでござります故是より此の三ッの養分に就きて、一々お咄し致しまする。

先づ第一に蛋白質と申すものハ、肉の中に最も多く含んで居りまする、然らバ何んな者で有ると仰せられまするに、先づ俗に申さバ是と卵子の白身とお思へに為りまするとお解りになります(但し是を一ッの假令と申す迄のことで鷄卵の白身ハ純粹の蛋白質許

りてハ御座いませんが只何なるのだと申せバ先づ鶏卵の白身だと申すより外御座いません、元より蛋白質と云ふ字の書方も此意味で有ります）則ち此蛋白質ハ養分の一ツで多くハ鶏卵の中、或ハ肉の中に最多く含んで居るもので御座います、然らバ何の位肉の中に在るかと申しますると、夫れハ肉の種類に依つて異つて居るが、先づ大抵百目の中大凡十五匁乃至二十匁位の蛋白質ハ含んで居りまする是は唯平均の数を申上ました迄の事です。又牛乳の中にハ何の位いあるものかと申しますると、大約牛乳百目に就て僅に三匁五分位しか無い、即ち升で量りましたならバ、一斗の中に三合五勺の蛋白質しか含んで居りません、極く少ないものでハありませんかい其れ故蛋白質を最も多く含んで居るものハ、何じやと申しますれバ、肉類で御座います、又豆の類の中にも又此の蛋白質を随分に餘計に含んで居りますが、是は

消化が悪るう御座います（ハ此の消化のことハ又後にお話しを致しまする、それから又豆類に含んで居る所の蛋白質を何故消化が悪るいと云ふとも、其時御話を致します）今も申します通り豆の中にハ随分蛋白質を含んで居りますが消化が悪くつて餘り賞美致した食物では有りません。扨て以上蛋白質に就てのお咄しでありまするが其次に移つてお咄しを致しますれバ則ち含水炭素、第二の食素、養分是を穀類に最も多く含んで居ります、其の分量ハ矢張り穀物に依つて違ひまするが、先づ大凡百目の中に七十二匁位の含水炭素を含んで居りまする、さて又含水炭素ハ何んな物じやと申しますると（又茲に私が例を申しますが）先づ是ハ澱粉であります、尚例を示ると葛の粉、白玉の粉の様なものと御承下さへ是れが則ち第二番目に入用な物で穀物の中に一番餘計に含んで居ります。

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

第三番目に脂肪これハ何んなものかと云ふに是ハ牛酪或ハ豚の脂肪肉の様な物じやとお考へ下たされると御解りになりますす是ハ肉類殊に脂肪肉の処に最も多く含んで居りまする、して其の分量ハ何の位じやと仰せられまするとまづ肉百目の中に大凡五匁乃至十匁（素より是は脂肪肉の処と脂肪肉でない処とハ違ひますが）大抵先づ此れ位いの分量を含んで居ります、是が脂肪乃ちあぶらでござります。

扨以上申上ました三ツの養ひが、則ち鶏卵の白身とも申すべき蛋白質、それから葛の粉、白玉の粉則ち含水炭素終りに牛酪とも申すべき脂肪、此の三ツの養分と云ふは何れも大切な者で、何れが優り何れが劣ると云ふことハなく皆大切なるものでありまして、若しも一を欠く時ハ最早人間の好き滋養とハなりません。然るに世間にハ大変に間違つた考へをなさつて御出の御方が多く御坐います、それハ何かと申せば則ち蛋白質ハ大層大切で、澱粉ハ左程に入用が無いと云ふ様なお考への御方で、是にハ私杯も折々出會すことがありますが「米などハ役に立たない物だ」など、云ふハ大きに間違つたことで此の三ツの養素ハ何れも皆人生欠くべからざる至つて大切な物で御坐いまする。ソコで医者が食物のことを申しまするに此の三ツの養分を一日間大凡何匁づゝ入用だと申しまする（是ハ学問上のお咄ですが）食物の養分ハ一日に何匁宛入用かと云ひまするに、独乙国の学者「ホイト」先生と云ふ名高い御方ハ、独乙国の先づ中等の男で、中等の仕事を仕まする壮健の男に就きて定められました数ハ（先生が数十年の間経験をされて出来ました数で御坐います）即ち蛋白質が百十八瓦日本の量目に直しまするとニ十一匁強、脂肪が五十六瓦日本の量目で十五匁弱、それから含水炭素五百瓦日本の量目で百三十三匁と極められました、尤し

是は西洋人に割り付けました数で、日本の人ハ西洋人よりハ身体も弱から是より少し減して差支へはない筈です、併し此の数ハ先生が長き年月の間苦労して、定められた数でありますが、日本でハ未だ学問の開けた年限が短いから定まりました数ハ未だ出来ませんから今日申上ることにハ参りません、併し日本でも大分専門の先生方が尽して居られますから、追々其の数も定まるゝと考へます。然るに近年西に(獨乙国)に於きましても「ホイト」先生の数は些と多過ぎる今少し尠なくても宜しいと、云ふ学者も出て参りました中々其の説の方が勢力が有る様で当時ハ蛋数ハ議論になって居りまするが是ハ分量の多少に就ての議論で御坐いまして、此の三ッの食素が何れも入用だと云ふことに就きましてハ、誰れしも信ずる處で最早動かせませんです、(日本にても此分量の多少に就てハ種々の説もありますし又時に新聞抔ニも出て居りますから何らか是等の説にお間違ひなさらんやうに願ひ升)シテ見ますると此の三ツの養分ハ入用なると八申す迄もない事で御坐いまする、然るに前申上まする通り世間でハ「蛋白質ハ滋養になるが、含水炭素ハ滋養にならない」と云ふ様に思召す御方が有る様ですが、是は甚だ間違って居ります、度々御話致す通り食物の種類に依つて其養分ハ含み方が異つてハ居ります。即ち例を申上まするならバ蛋白質ハ肉の中にハ多分に御坐いまする、けれども穀物の中にハ蛋白質が少ない、又澱粉ハ穀物の中にハ多分にありまするが肉の中にハ少ない。然るに此の三ツの物ハ何れも優り劣り無く皆大切なるものでありますれバ程能く是を取らねバなりませんそして是を取るにハ何う云ふ工合に食物を召し上つたならバ宜いかと云ふ、此處が一番大切で御坐います、先づ其物を成可く多く含んで居る物からお取りにする

のお宜しい脩条しく申しますると、蛋白質ハ鶏卵や肉からお取りになるが宜しい、澱粉ハ米から　お取りになるが宜しい、　そして矢張り肉から脂肪をお取りなさるが宜しく御坐います、　若し米麦のみで蛋白質を取らうと致しまするると、　それてハ非常に多量の米を食ねバなりません併しながら人間の食量にハソレく度合が有りますからそんな多量にてハ我々のお腹ハ充満致しまして是を容るをハ出来ません假又食べ得られたにせよ、胃を害して病気となりまする、又肉から澱粉をお取りにならうと思ふと是又非常に多量の肉を召し上らんければならん、何故なれバ肉の中にハ澱粉ハ極めて僅かしか御坐いません、　それ故に先づお取りにならうと思ふ物の餘計に含んで居る物を召し上がるが至極宜しいとです、　即ち蛋白質をバ肉からお取りになり、脂肪も肉からお取りに為り、澱粉ハ穀物からお取りに為るのが最も宜しい、

且つそれが大辺に徳用な訳で御坐いまする斯様な理有が御坐いまするから混食と申して種々の物を混ぜてお食べなさるが一番御徳用でおりまする。先づ私共ハ日々穀物、肉、野菜、是を混合して食べます是が一番上等で且又学問の理合に叶つて居る、最上等の食物で御坐いまする、　それ故に私共の食べまする食物の出来て参りましたも偶然ではなく、是が天然の理に自然て叶ので居りまする訳で御坐います。　即ち私が最も御注意を願ふ處ハ、　此點で有りまして「蛋白質ハ滋養で澱粉が滋養でない」と　云ふ事は甚だ間違つて居ると云ふ事ハ大抵お解かりになりましたらうと存じます。それ故に日本人の食物ハ通常の米の御飯に鳥肉獣肉魚肉、　此三ッの肉と野菜を混じた物が私共日本人にハ最も好い食物で御坐います、（我々の米ハ西洋人のパンと同じ物で御坐います）何に致せ「ホイト」先生の立てられた教に依つて勘

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

定を致しますると、何うし我々の食べまする食物ハ少しく養ひの分量が足りませぬ尚委しく申しますると、日本の食物ハ含水炭素が多過ぎる、即ち御飯は少し餘計に食べ過ぎ蛋白質即ち肉の食べ様が少しく足りない様で御坐います、（是れ只「ホイト」先生の立てられた數に從て私共の食べて居る食物を比較した丈けで御坐います）それ故に今少し私共が食べて居る膳部に肉を増したならバ宜しからうと存じます。併しながら其精しき事に至りましてハソレ〱專門の先生達が只今実檢中でありまするから、其の中何れ日本の人は是れ丈けの食物で足りると云ふ成績ハ分る事になるうと存じます、尤も是ハ何年掛りまするか中々容易に出來ぬことで御坐いまする。以上申上ました處ハ養分のお出しで、其分量の多少と申しまするとハ是は食物の分析表に就て御覽になれバ是が多い少ないと云ふことハお了解になります、」

先づ何に致せ食物でハ此養ひの分量を一番餘計に含んで居る物が最も上等なので御坐います、

扨て是よりお出しが少し精細くなりまするが成程食物の善い悪るいを鑑別けまするとハ、分析表に依て養分を餘計に含んで居る物が善くつて、餘計含んで居らん物ハ悪るいと云ふことハ解りまする様なもの丶まだ〱此の分析表ばかりでハ解りません何故なれバ食物の善い悪るいと云ふことハ分析表で知れまするが茲に一つ替樣のお考へを願はねバならぬと申すハ乃ち彼の消化の如何と云ふことで御坐います扨此の消化と申しまするハ私が事新らしく申す迄も無く「コナレル」と申しまして其の食べたる食物が能く溶けて、血液の中に這入る事を消化と云ふので有りますソレ故に消化の悪き食物ハ假令食べましても身体の内にハ充分吸收せられませんから何程養分ハあると申しても身体の肉に入りません時ハ何の役にも立ず

只消化器に無駄骨を折らせる斗りで御坐いますソレ故に分析表の上に於てハ我が善く見えましても是が能く身体の内ノ中に這入り込まなければ必ずしも善い食物でハありません重複い様ですが今申す通り故何程分析表丈けでハ善い食物でありましても、消化の悪るい食物ハ善き食物とハ申されません、假令ば彼の豆類の中にハ随分蛋白質を含んで居りまして豆百目の中にハ蛋白質が大凡二十目位あります、分析表でハ誠に上等の食物で殆んど肉と違いません結構の物の様ではあるが中々ソーは往きません何故なればバ豆の中に在る蛋白質ハ消化が悪ろい故で御坐いますそれ故に豆は分析表でハ大層上等の食物の様ですが実際は消化ませんから餘り上等の食物とハ申されません。併ながら此の消化の試験と申すものは困難の仕事でありまするちとお咄しが汚ない事に成りますが御分消化の試験に就てお咄しをして見ますると先づ食べました者を分析して何を何匁何を何匁食たと云ふことを書付けて置きまして後に出ました所の大便と小便を取り寄せまして、又分析を仕ますソーして食べました物と出ました物とを比べて此の養分ハ何匁身体の中に這入つたと云ふことが解かりますね咄しにすると一口の様で御坐いますが実際困難の仕事で中々一回の大小便を試験仕まするにハ先づ一周間も懸かります斯様な訳ですから消化の試験と云ふをハ中々の大仕事で御坐います（医者の仕事と云ふ者ハ実に不潔な且つ込み入つた者で御坐います斯様なことを致しましても何うか日本の為めに仕度いと思つて居るのでありますから責めては皆さんに於ても医者と云ふものハ容易ならぬ者だと御察し下さるれば我々医者に取りましてハ誠に有難き仕合で御坐います）斯の如く消化の善い悪るいと云ふハ一口に申しまするけれども斯様な面倒な仕事で容易にハ出来

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

ません島晙化から考へると「モウ出来そうな者だ大分に長いと思ひますが実際中々出来ません併し専門の先生方が益々実験に勉強せられて居りまするから其の中には至極明白な調べが附くだらうと存じまする尚次にお咄し致し度きは食物の分量です縦令何の様な上等の食物でも召し上る量が少なくつては養にはなりません例えば鶏卵は何うも至極上等の食物で分析表で見ましても消化の方でも一點の批難の入れ様のない物ですが何分にも量が少ないから従つて其の中にある養分も少ない、そこで其効能も少くないので御坐います（鶏卵は反乇鶏の卵子の大きいのでさへも二十匁目位しかない）此の卵子を一つ乃至二ッ召上つた處が左様の益はありません善い物には違ひ有りませんが悲しいかな卵子と云ふ物は量が小さいから仕方がない「モウ一ッは牛乳です牛乳百匁目の中八十七匁目は水でありまするから一日に一升の牛乳を飲みましても養の分は僅か三匁位しか有りませぬ斯様な理合で一點も批難の入れ様もない上等の鶏卵或は牛乳すらも其の召し上る分量が少なくては、従つて其の養分も少ないから滋養も少ない訳で有りますれば成る丈け充分の分量を召上ると云ふことが甚た大切なることであります右の如き割合のもので有ますのに（私杯は医者ですから説く出令しますが）「私は朝夕牛乳を五勺づゝ飲みます」と大層に慢顔に云ふ方が御坐いますが成程素人の考へでは牛乳の五勺も載けば大層に善いことと思ふも一應無理ならぬとでは有りますが夫等のお方の為めに尚此の分量と云ふことを別段に申上たので御坐います」終りに臨んでモウ一ッ食物に就て御注意を願ふことがありまするそれは分析表消化分量の外の事で則ち代價でありますよ縦令分析表も善く消化も善く養分も多分に御坐いましても價の非常に高いものでは却つて

不適当で御坐います成程日本か貴人金持ちの御方斗りなれバ銭ら高くつても宜しいが私の申上げるのハ日本の人一般にさせたいと云ふ考へでありますれバ元より是ハ不適当の事で御坐います何んとなれバ日本の人一般か金持ちでハなく貧乏人が多く有ります銭ら善い食物でも價が高くつてハ善い食物とハ申されません價の高い食物でハ貧乏人が食べる事ハ出来ません是又御注意を願ひまする處でありますが前申す通り私共医師の申上げる事ハ一人に就て申上るのでハ無く日本国一般を指して申ますのであれバ知らず識らず代價の事に近論じ移るので御坐いますが此の代價の事に就きましてハ至極大切の事で医科大学の坪井助教授が早く此の事に心附かれ非常に熱心に取り調べて居られます而して其の調べられし處を聞くに金拾銭を以て各何れ丈け程の食物を買ひ求めらるゝかと云ふ事です既に此の内肉丈けの事は先生がナツとお調べになつて東京医学会雑誌第三巻に載せて有りまする中々困難の事で御坐いまするが先生の此の事は早く御注目なされたは私共に取つて実に甚はしい且つ是を喜ぶと同時に一日も早く其の成績を知り度いと存じまする右の次第で有りまするから此の代價と云ふ事も亦甚だ大切のことであります。

以上申上げましたる通りの理合でありまするから食物をお撰びに成るに就きましては先づ第一に御注意なさるゝハ養分の多少(是ハ則ち分析表を御覧になれバ直ぐお解りになります)其の次ハ消化の善悪此の物ハ消化れるか消化れないかと云ふ事の御注意を成さるが肝要で御坐いまする第三ニ御注意なさりまする點は分量の多少且つ終りに臨んで御注意ならんければならんのハ價の高下総て此の四ツの點に就く御注意遊ばさなければなりません中々食物の試験と申すことハ困難でありまして消化の一つですから前に

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

申上たる通りの困難がありますから此の四つの点を取り調べまして是が善い食物と云ふ事を申上るのは中々六ヶ敷事で御坐ります。

終りになりまして重複様ではありまするが尚一回操返しを致します決して世間の人がお考への通り「蛋白質が滋養で米が滋養でない」と云ふは間違ひの咄しで御坐ります澱粉でも蛋白質でも脂肪でも三つとも大切なるもので肉あらば蛋白質も取り米から澱粉を取り脂肪を肉より取ると云ふ事が一番大切なる事でありまする何うか皆様滋養のことに就きまして箇様のお間違ひをなさらん様に御願ひ申ます、

大澤　とよ子　筆記

小児の衛生

加藤照麿君演説

相替らず小児の御話しを致しまする、昨年一月の本会の初会に於きまして、小児が生れてから七八ヶ月の間の育て方食物部屋等に就て委き御話しを致しましたが小児の事ばかりを話すと云事は沢山には程が御坐いません、と申しますは、六ヶ敷き事はずい分御坐いますが、皆様に御わかりになる様にゾクに話すと云事は中々困難で御坐います、夫故今日御話する内にも今までにたび〴〵御聞きに成た事が沢山に出ましやうと存じます昨年一月本会へ御出のなかつた御かたも御坐いましやうと存じますから、一寸其時御話した結句をザット申します

近頃小児を育てますのに人乳より牛の乳の方がよいと申す事をよく世間で聞きますが、これは大なるまちがいで御坐います、是のわけを昨年色々御話致しました、人間の子供には人間の乳が牛乳よりよいと云ことは道理上から考て見ましてもわかります、牛乳は牛の児を育る為に出るので御坐いましよう、けれども母親さんが柔弱いとか、又外に何か故障の

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

有た時にハ医者と相談の上牛乳を善く小児に消化の出来る様にして飲ませなければなりません、又田舎の方で新鮮い牛乳の無い所でハコンデンスミルクを用ひますがよろしい

其次に御話しましたのハ今日も櫻井さんの御話しが有りましたが小児の御臍様の事です、御臍様にする切ハ極奇麗でなければならん、然るに何うせ捨てる切だから臍様にして遣らう杯と云ふ事を時々聞きますが極あぶない事で、殊に臍の近辺と云ふ者ハ好く注意仕なければならん、子供の病気にハヤテ又はホゾツキ出と云物が御坐いますが之れハ臍から出る病気で、きたない物が臍に付くと起る病気で御坐います、そんな事ハ皆産婆が善く知てをりますからよろしゅう御坐います

又生れたての小児をあまりあかるい所へをくがよく御坐いません、母の胎の内で日光を見た事が御坐いませんから非常にあかるい所に置きますと夫れが為め眼を傷ひましたり何か致しますから、一週間位ハ暗い処に置て漸々にあかるくする様に仕なければならん。夫れから是れハ何方にしと云ふ譯にハ往きませんが、上等社会中等社会の御方が産を致した部屋で小児を育てると云ふは、大変な間違いで御坐います、勿論下等社会に往きますと何も彼も一ッ所寓も客間に有ると云ふ有様ですから 私等の申す事ハ無理で御坐いますが、大抵の者ハ別として御出来なさる御方ハ、奇麗な間で産をし、も一ッ奇麗な間で小児を育てなければならん、産をした所で小児を育てると、産婦の悪露と云ふ物が長い中に人空気の中に蒸発します、スルと其の空気の中に雑って居る汚水が若しも小児の臍に附いたならバ、直ぐに前に申した騒ぎが始つて来ます。夫れから産婦の方にも小児を一ッ間に於てハ大変に悪い、元産婦の心持ちハ静か

にしなければならんと云つて御客し断るが好いと云ふ位いですから、小児を一ツ所に置けバ泣くに付け、一々見て居りますと心配を致します、夫故母親さんが此人ならバ宜からうと思ふ確実な人に、小児をあづけて、成るべく自分の傍に置かない様にする方が双方に取つて宜しう御坐います。凡て是れ丈けの事は昨年の一月に御咄しを致ました事で御坐います。

之れから小児が七八ヶ月に為つて来ると歯が生へる是の事に付色々説が御坐います、或る説にハ子供が固形物を喰てもよいと云しろしに歯と云物が生へる物だと云ますが、そうでハ御坐いません是の歯はあとから出る歯の為に道を付るのでかたい物を噛む為めでハムいません

其外七八ヶ月に成ると漸と母親さんの乳が不足になり又澤山出ても乳ばかりでハ小児の身体にも不足になつて来ますから其補を付ける為めに牛乳又ハ鶏卵、ソップ等を飲せます、けれども此の牛乳等に変へるのも急に変へてハいけません、だん／＼に母親の乳をへらして行くので御坐います、通常日本でハ人乳を西洋の様に早く止める事ハ御坐いません、事によると三四歳の子供でも出ない乳を飲みたがる事がある、所で今人乳を西洋の様に早く止めるが善か又日本の様に長く飲せるが善かと云にハ、永く飲せる方が害が少う御坐います、けれども無理に御飲せなさいと云ふのでハ無い、是れハ困つた時の考へで、短か過ぎるよりハ寧ろ永く飲せる方が能いと云ふのです、夫れから前に御話し申すのを忘れましたから申しますが小児が生れてから五ヶ月目位に種痘をさせなければならん。又其後十歳に成るまでに再種と云て二度目に種へて貰ふが宜いそうです、夫れから十年程後に三度目の種痘をすれバ大丈夫で御坐います

又折々皆さんの御咄しで出て居りますが、小児の中は何事も身体に感じ易いから直きに風を引きたがるもので御坐います、小児の身体ハ極く皮が弱い者で御坐いますから大人より餘計風を引きたがる夫故子供を負ぶつて天気の時に外に出ても小児が寐たら家に帰つて来ると云ふ事にお母親さんも乳母もおもりも能く注意すべき事で有る、小児が寐て居るのを負ぶつて外を歩いて居るのは極く悪い、又小児にハ晩の御飯の後に何か食べさせてハ性けません（是れは大人でも悪るいが）又一日、朝と昼と晩と三度の中、朝ハ起き立で何にも胃の中に無い所に、御飯を大層飲へさせてハ悪う御坐いますから、少し飲べさせ、昼け少し餘計に食べさせて宜しい、又晩は少く飲べさせる様に仕なければなりません。

夫れから此席に御乳母さんが御出なさるか、なさらぬか知りませんが乳母のことを悪く云様に成りますが決して乳母を悪く云ふのではない、乳母を置く人に申すのです、元来乳母と云物ハ何の為めに付けて置くのかと云へば小児に乳を飲せる為めである、乳母は又自分の乳を賣つて月給を取て居る者で恰度牛屋に畜つて在る牛と違つた事ハない故に乳母ハ乳さへ飲せて居ればハ外のことハ仕無くても能い様な物です、夫れだのに世間のたいていの御母親さんハ乳母を置いたから、もうそれでいいと云て、丸て子供を乳母にまかしてしまい、すこしも自分でハ子供の世話も致しませんが、前にも云た通り乳母ハ子供を養ひ、教育と云物其外世話まで御母親さんがするのがほんとうで御坐いましやうと思ひます、けれども此の御話の様に乳母は乳を飲せる丈で他の事ハ丸でしないと云ふことも六ケ敷ことですから何か外の用をして乳を飲せる外常に子供の世話をすると云ことハおもしろく御坐いません。

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

又乳母の御話しハ今まで度々諸先生の御話しも御坐いましたが序ですから申上ますが乳母ハ多く田舎からら参りますもので田舎に居る時ハ百姓仕事や又色々他の骨折仕事を致す、所で東京へ参りむまい物を食べ、坐して居るばかりをる故運動もなし急に自体の工合が違ふ故乳がだん〳〵と少くなり乳母の本職も出来なくなりますから、成丈今まで馴れた物を食さし又運動もさせねバなりません、

又前にもくどく申上ましたが小児ハ初から一人で寝る癖を付けねバなりぬ、殊に乳の出る人お母親なり乳母なりが抱いて寝るはいけません夜小児が泣さますと直ぐに乳房を含ませます夫故自然子供が乳を飲み過て腹を悪く致します

子供が匍匐這つて歩く時分に、お鄰家の坊様ハ最う御歩行が出来るに、宅の子ハ未だ歩く事が出来ないと云つて手を持つて無理に歩かせますが、昔からの書物を調べても歩き様が遅つたから大人に為つても能く歩かれなかつたと云ふためしハ有りませんから少し歩き様が遅くつても成長の後ハ矢張り人並に歩行きますから、未だ歩かれない中には無理に立せない方がよろしい、無理に立せて轉んだり何かして、怪我をすると往けませんから、骨を労つて早く歩かせなくても宜う御坐ります、殊に其の子供に依つて丈夫なのも弱いのも有りますから、此辺の事にも能く注意仕なければなりません。

夫れから御手遊で往けませんのハ、色の附いた物で御坐いますから成る丈け色の附きません御手遊が宜しう御坐います、又切れ易い物鋭い刄の附いた物、（マナイタに包丁の御手遊）杯ハ往けません、夫れから極く小な物、……小児ハ何れも口の中に入れますから、小さい物ハ往けません、世間に能く有る事ですが五厘だの一銭の銅貨を飲み込んで仕舞つた杯で

云ふ様な騒ぎが起ります、大学の病院にも銭に飲み込んでから悪るくなつて死だなんどゝ云ふのが餘りますが、ソウ云ふ危らい物ハ持せん様に仕なければなりません。

今度ハ子供の着物の事ですが、此頃ハ寒いからで御坐いませうが、大抵医者ハ所に連れて来るのを見ますと、附紐を三本も四本と取らなければ胸が開かない様にしてありますが、是等ハ只暖めに仕さへすればバ好いと思つて着せるので御坐いませうか、附紐で腹を縊るハ能くない、西洋服にしろと云ふのでは有りませんが、着物の仕立方け肩ハ所で釣るやうにして女の子にせよ男の子にせよ、衣服を雑作人夫の着て居る腹掛けの様に仕たならバ腹を縊る気遣ひもなくつて宜しからうと思ひます。

又小児をおびやかすと云ふハ能くない事です、ウツンナに御むづかると化物が来ますとか化の處に連れて往きますしとか云つて暗黒に連れて往つておどかしますから小児が暗い所に連れて往くと怖がる様に為ります、又餘りおどかすと夫れが為め病気を引き起す様な事が有ります、日本にハ餘り無い病気ですが舞踏病と云ふ病ひに為ります、是れハ西洋の街咄しですが、ストーブの傍に乳母と子供と寐て居つた、其子児が泣いたものですから乳母が御化が来ると云つておどして居つた其時恰度ストーブの煙筒の中で音がしたものですから其子が大層に驚きましたが、夫れが元で舞踏病に罹りました、して其煙筒の中で音がしたのハ中に雀が這入つて居つたのが飛び出したのだそうでしたが、是れハ私が西洋に居りました時真個に聞た事ですが驚かすと云ふハ一寸した事の様で大変に害に為るものですから能く御注意なさるべき事です。

子供が成長して幼稚園にも行き、学校にも往くやう

にになつた時にハ讀み書きに就て勉強させるのは成るべく晝の中にさせる様に仕なければなりません、小さい子供に夜分勉強させるのハ餘り善く御坐いません、寢る前に物を澤山讀むと善く寢られないとか御坐います殊に女の子抔ハ頭が弱いから自然頭の方にも悪い、又目にも悪ふ御坐います。

夫れから小兒が食事を致した後で嗽ひをさせると云ふハ、極く大切の事で御坐います、ちと面倒な様で御坐いますが、馴れさいすれバ雑作もない事です、御飯が濟んだら嗽ひをさせると云ふハ大變に宜しい事です之をせずに楊枝を遣はせますと、楊枝を含み込むと云ふ様な事が有りますから、生温い湯で御飯後嗽ひをさせるのが宜しう御坐います、高山さんの御咄しの通り歯の養生法の一ツになります。

又小兒が生れましてから頭の毛を能く仕様と思つて一ト月に二度も三度も頭を剃りますが、髪と云ふは元々入用がなけれバ生れる時に生へて居る筈がない、入用で有るから頭に毛が生へて生れるのです、然るに無暗に好い毛に仕様と思つて剃るのハ第一神様に向つて失礼で有る、元より人間の身体の中に入らぬ物ハ無いので毛も無くてハならぬ故に生れる時から生へて居るのです、夫れ計りでハない頭をうつても毛の有るのと無いのとハ大變に違ひますから餘り度々剃らん方が宜からうと思ひます。

先刻多田さんの御咄しなすつた通り、小兒の中は好い食物だからとて何でも構はず食べさせても役に立つものでハ無い、只御腹の中を通過して仕舞ふ計りで、身体の滋養にハ為りませぬ「家の子供に今日ハ牛肉を食べさせたら動き方が違ひます」抔と云ふ人が有りますが、夫れハ御母親さんの心得違ひで、牛を食べたからとて直ぐに動き出す譯でハ無い、併し牛肉を食べさせるのも滋養物だから宜う御座います

が、能く細くして食べさせるが宜しい、又鶏卵も生か半熟なれバ御腹の中に這入つて何處に往つて仕まひますが、極くかたく煮た鶏卵ハ矢張り道中をする計りで、決して身体の役に立つ者でハない、消化の悪い物ハどんな善い物でも役に立ませぬ、夫故食物の事にも能く／＼注意すべき事である。是れ丈けがザツと小児の衛生に付ての御話で御坐います夫れから子供が病気に為つた時の御心得をザツと御話し仕ます、小児が病気であるかないかと云ふ事ハ、御医者様ハ呼れて来て一度も診察た事の無い小児を診察ても、平生から静かなのか其子の平生の様子を知りませんから直ぐにハ解り兼ねますが、小児が病気になれバ此の子ハ変だなと云ふ位いの事ハ其母親さんたるものにハ直ぐ解る、併し何の病気だか、白人だから深い事ハ解りますまいが、此子ハ何處か悪いのでハないか位いの事ハ、母親が平生能く気を附けて

違ふんければならない、小児ハ大人と違ひまして、自分で考へる事が出来ませんから大人なら風を引きそうだからと云つて温くして寝て仕舞ふと云ふ所であるが、子供と云ふ者ハ無心な者であるから心持ちが悪いと直ぐ其様子で分る、故に平生泣きもしない子が餘計に泣くとか、夜少しも寐ないとか云ふ事があつたならバ是れハ病気であると云ふ心を起して何時でも注意を起さなければなりません、

夫れから母さんの御悩だから申し上るが、少し小児が泣いたりしますると「フンちに泣くならバ御医者様に連れて往くよ」なんぞと云ふて、御医者様を鬼か何かの様に申しますから、小児が御医者様ハこはい者だいやな者だと覚へて、病気の時に医者の顔さへ見れバ直ぐに泣き出します、夫故善く診察も出来ませんソうすると医者も困りますし母親さんも尚ほ困りますから平生一寸した事にも「御となしくしない

と御医者様だよ」抔と云ふ事ハ餘ッ言はない方が宜からうと思ふ、いやがるのを無理に診察ると云ふハ小児科の医師にも出来ない事です。又夫れと同じ様に、薬の嫌いな小児に出会した時程困る事ハ有りません、薬と云ふものハ大変悪いもの、様に教へ付けた子供ハ、薬の壜を見た計りで飲ないと云ふ様な事が御坐いますから、兼てより薬の嫌いな小児にハ成り丈け壜を見せない様に気を附ると餘程違ひます。深く御咄し致しまするト長く為りますから、ちッと申し上げて置きますが。消化器の病ひ即ち食物を食べ過ぎたとか、少ないとか云ふ所から起つた病にハ、一般の食事に気を附けなければならない、夫れから呼吸器の病、即ち肺病とか気管支加答児とか云ふ様な病にハ、空気のよい其部屋で人が煙草抔を吸む事を禁じなければならない、又驚風の気だとか云ふ様な時にハ、空気ハ元より騒くなくつてハならぬか、

静かで人の咄しも聞へないと云ふ様な処に入れて置くのが必要です。夫れから御母様さん又ハ乳母の病気に為つた時にハ其病気に由てハ乳を飲せない様にしなければならない、若し是等の人が病気にかゝつたならバ小児には貰ひ乳をするとか、或ハ牛乳かコンデンスミルクを飲ませるが宜しい、病気の時に乳を飲せると夫れが為め小児が病気を起す事が有る、又小児が百日咳に罹る様な事が有つたならバ成る可く後の子供を親類の家にあづけると云ふ様に仕なければならん、然らざれバ医者が一人を治す中に又他の一人が病気に罹ると云ふ様でハ困りますから、成る丈一ッ家に置かない様にしなければなりません、又小児が麻疹とか其外の病気に罹つた時ハ其の小児に湯を遣はせるには盥を別にして遣はせなければならない、外の兄弟も同じ盥で一処に遣ふと云ふハ間違つた事です。斯様な事にも能く気を附けなければならぬ、

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

夫れから少し御咄しが前後に為りましたが、小児の眼から膿が出て参ると御乳を絞り込んだり、なめたりするが、人間の口中ハ物を食べましたり致しまして、元ハ奇麗で有るけれども、よごれて汚なくなつて居る、又乳も乳房がよごれていたりなにか致しますから眼の中に差し込んだり、絞り込んだりすると云ふハ能くないから、矢張り奇麗な湯か水で洗うのが宜しい。

又小児ハ病気に罹つて治つてもあとの養生の考へハ御坐いませんから、何な毒になる物でも心持さへ好ければ食べますが、此時が肝心です一度治り掛けた病も食べ過ぎたり風を引いたりすると又元の通りになる無論病の再發ハ不注意から起るのが多い、又快復気に成りますと病気の為め身体が弱つて居るから、滋養物を食させなければならんと云つて、ソップ鶏卵牛乳杯を澤山に飲せますが、ソんなに色々の物を食べさせても早く治ると云ふ様な事ハ無いので御坐います、却つて病中に餘り食べなかつた食物を餘計に食べさせて又悪くすることが御坐います。

凡て今日御咄し仕た事を極くザッと摘んだ處の御咄しで、斯んな事ハ今までも折々御聞きに為つた事も有りませうが、小児丈けの衛生に就てハ先づ此の位いの事より外にハたんと御坐いません。

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

本ページは未詳のため白ページとしました。

Digitized by Google

Original from
UNIVERSITY OF MICHIGAN

本ページ（裏表紙）は未詳のため白ページとしました。

Digitized by Google
Original from
UNIVERSITY OF MICHIGAN